

## TINGKAT MOTIVASI DALAM MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER BELA DIRI KARATE (Studi Survei Peserta Didik di SMP Negeri 2 Kembayan)

**Sirapika, Victor G Simanjuntak, Andika Triansyah.**

Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Untan Pontianak

Email : [yika22344@gmail.com](mailto:yika22344@gmail.com)

### *Abstract*

*The problem in this study is about the ups and downs of students' motivation in participating in Karate extracurricular activities at SMP N 2 Kembayan. The purpose of this study is to determine the level of student motivation in participating in Karate extracurricular at SMP N 2 Kembayan. The research method used in this research is descriptive quantitative. The sample used the saturated sample technique, that is all 20 students of SMP N 2 Kembayan who took Karate extracurricular activities. The data collection technique used in the study is questionnaire, which is measured using a Likert scale. Data analysis was carried out to find the percentage by dividing the actual score by the ideal score multiplied by 100%. The results of the reliability test calculation show that the Cronbach alpha value  $> r$  count ( $0,656 > 0.632$ ). The results of the research, and data analysis showed that the average of the results of the intrinsic factor was 36.6%, while the result of the extrinsic factor was 63.4%. Thus, it can be concluded that the most dominant factor in students' motivation towards karate extracurricular is external factors with 63.4%.*

**Keywords:** *Motivation, Extracurricular, beladiri*

## PENDAHULUAN

Karate adalah salah satu cabang olahraga dari bela diri yang hanya menggunakan tangan kosong tanpa bantuan senjata. Olahraga ini memiliki tujuan utama, yaitu untuk mempertahankan serta melindungi diri dari berbagai ancaman serta untuk menjaga kesehatan.

Karate adalah olahraga beladiri berasal dari Jepang yang menggunakan tangan dan kaki sebagai alat untuk melepaskan kekuatan pukulan, serangan, dan tendangan. Karate selain sebagai olahraga tempur yang menyegarkan juga dapat melatih mental

agar berani dan kuat. Kata "karate" berarti tangan kosong dan orang yang mempraktekkan karate disebut karateka.

Menurut Leiman (2016) karate adalah "seni beladiri yang berasal dari Jepang pada tahun 1869 di Okinawa yang pertama kalinya memperagakan Tea atau Okinawa-Te" (p.4).

Karate mulai berkembang di Jepang pada tahun 1922. Karate berasal dari dua huruf kanji; *kara* berarti kosong sedangkan *te* berarti tangan. Kedua huruf *kara* tersebut jika digabungkan menjadi *karate*, yang

berarti tangan kosong. Menurut Sagitarius (2008) “Seni beladiri ini pertama kali disebut “*tote*” yang berarti seperti “tangan Cina” kemudian Sensei Gichin Funakoshi mengubah kanji Okinawa (Tote: tangan Cina) dalam kanji Jepang menjadi “karate” (tangan kosong)” (p.1).

Dalam mempelajari *Karate*, terdapat beberapa jurusan atau tingkatan yang menandakan seberapa besar kemampuan bela diri dalam bidang *Karate*. Dimulai dari sabuk putih di mana semua orang yang ingin belajar *Karate* akan mendapat sabuk ini tanpa melalui tahap ujian. Tingkatan selanjutnya secara bertahap adalah kuning, hijau, biru coklat dan yang terakhir hitam. Berikut beberapa latihan dasar dalam *karate* dapat di bagi menjadi tiga antara lain:

- a. *Kihon*, yaitu latihan teknik-teknik dasar *Karate* seperti teknik memukul, menendang dan menangkis.
- b. *Kata*, yaitu latihan jurus atau bunga *Karate*.
- c. *Kumite*, yaitu latihan tanding atau *sparring*.

*Kihon* sendiri merupakan teknik dasar yang terdiri dari teknik menyerang dan bertahan. *Kihon* dilakukan secara berulang-ulang agar terbentuk respon gerakan yang cepat dan akurat. *Kihon* terdiri dari berbagai latihan yang berfungsi untuk melatih beberapa aspek/kemampuan seseorang dalam bela diri *Karate*, antara lain *Gueri* (tendangan), *Dachi* (posisi kaki), *Uke* (tangkisan), *Tsuki* (pukulan), *Uchi* (bentuk tangan). Setiap aspek tersebut memiliki gerakan yang bervariasi dari tingkat kesulitan rendah ke tinggi. Terdapat beberapa gerakan yang memiliki suatu kemiripan yang sama.

Teknik dasar yang harus dikuasai dalam olahraga bela diri karate adalah pukulan, tendangan, hantaman, dan tangkisan. *Kihon* merupakan bentuk

latihan teknik dasar yang wajib bagi pemula maupun yang lanjutan, karena *kihon* berisi latihan teknik yang dapat menunjang terhadap seorang atlet *kata* maupun atlet *kumite*. Latihan *kihon* harus sering dilakukan bagi karateka, karena apabila sudah tidak dilatih lagi maka teknik-teknik dalam karatenya tidak akan baik, seperti kuda-kuda, pukulan, tendangan, maupun tangkisan. Banyak yang berperan penting dalam melakukan *kihon* tersebut, seperti strength (kekuatan), speed (kecepatan), agility (kelincahan), ketepatan, irama gerakan, pernafasan, dan pinggul.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Nakayama (dalam Abdul Wahid, (2007) mengemukakan bahwa ada tujuh unsur yang memegang peranan sangat penting dalam membentuk *kihon* yang sesempurna mungkin, yaitu:

- 1) Bentuk yang benar.
- 2) Keseimbangan dan relaksasi yang tepat.
- 3) Konsentrasi dan relaksasi yang tepat.
- 4) Pelatihan kekuatan otot.
- 5) Irama dan pengaturan waktu dalam sebuah gerakan.
- 6) Pernapasan yang kontributif dan efisien.
- 7) Peran pinggul yang seoptimal mungkin (p.50).

Teknik dasar (*kihon*) memiliki prinsip-prinsip dalam melakukannya, prinsip-prinsip tersebut sangat berperan penting dalam kesempurnaan gerakan-gerakan teknik dasar. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Sabeth Muchsin (dalam Gudok, 2010) ada tujuh prinsip-prinsip teknik karate, yaitu: “bentuk, tenaga dan kecepatan, pemusatan dan pengendoran tenaga, memperkuat tenaga otot, irama dan tepat waktu, pinggul, dan pernafasan” (p.48). Berikut prinsip-prinsip dalam melakukan teknik dasar karate yang dikemukakan oleh Sabeth Muchsin (dalam Gudok (2010) sebagai berikut: “1) bentuk. 2) tenaga dan kecepatan. 3)

pemusatan dan pengendoran tenaga. 4) memperkuat tenaga otot. 5) irama dan tepat waktu. 6) pinggul. 7) Pernafasan” (p.48).

Setelah berbicara dari prinsip-prinsip dalam melakukan teknik dasar (*kihon*). Teknik dasar (*Kihon*) memiliki macam-macam bentuk di antaranya: teknik kuda-kuda (*dachi*), teknik pukulan (*tsuki*), teknik tendangan (*geri*) dan teknik menangkis (*uke*).

*Ekstrakurikuler* adalah kegiatan luar sekolah pemisah atau sebagian ruang lingkup pelajaran yang diberikan di perguruan tinggi atau pendidikan menengah tidak merupakan bagian integral dari mata pelajaran yang sudah ditetapkan dalam kurikulum.

Menurut Zuhairini (2015) kegiatan ekstrakurikuler adalah “kegiatan di luar jam terjadwal (termasuk pada waktu libur) yang dilakukan di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenal hubungan anatara berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luarjam pelajaran baik dilaksanakan disekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi” (p.10).

Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan disekolah atau di luar sekolah agar lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran dalam kurikulum. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan siswa di luar jam tatap muka, dilaksanakan baik disekolah maupun di luar sekolah.

Dari pengertian diatas dapat ditarik kesimpulan, bahwa pengertian kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar ketentuan

kurikulum yang berlaku, akan tetapi bersifat peadagogis dan menunjang pendidikan dalam rangka ketercapaian tujuan sekolah dengan mempertimbangkan hal-hal sebagai berikut: 1) bakat, minat dan kemampuan peserta didik, serta kondisi lingkungan dan sosiokulturnya, 2) mempersiapkan secara matang peserta didik, 3) perlu adanya kerja sama yang baik antara pihak sekolah dan pihak-pihak lain yang terkait.

Motivasi menurut Siagian dalam Sitorus (2020) menyatakan bahwa “motivasi merupakan daya dorong bagi seseorang untuk memberikan kontribusi yang sebesar mungkin demi keberhasilan organisasi mencapai tujuannya” (p.57).

Motivasi merupakan salah satu hal yang mempengaruhi perilaku manusia, motivasi disebut juga sebagai pendorong, keinginan, pendukung atau kebutuhan-kebutuhan yang dapat membuat seseorang bersemangat dan termotivasi untuk mengurangi serta memenuhi kemauan pada diri sendiri, sehingga dapat bertindak dengan cara-cara tertentu yang akan membawa ke arah yang optimal.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data kuesioner yang telah divalidasi oleh ahli serta telah diuji cobakan.

Menurut Margono (2010), “penelitian adalah sebuah kegiatan pencarian, penyelidikan, dan percobaan, secara alamiah terhadap suatu bidang tersebut untuk mendapatkan pengertian yang baru dan menaikkan suatu tingkat dalam ilmu serta teknologi” (p.1).

Menurut Sugiono (2014) “metode penelitian pendidikan diartikan sebagai cara alamiah untuk mendapatkan suatu hal yang valit dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan, dan

dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah dalam bidang pendidikan” (p.6).

## **TEKNIK PENGUMPULAN DATA DAN INSTRUMEN**

Menurut Sugioyono (2015), “teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data” (p.308). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan angket/kuesioner. Angket merupakan alat pengumpulan data dengan menyerahkan pertanyaan secara tertulis untuk diisi sendiri oleh peserta didik yang dijadikan responden dalam penelitian. Adapun tahapan-tahapan yang dilakukan yaitu:

### **1. Observasi**

Menurut Raco (2019) Observasi adalah bagian dalam “pengumpulan data. Observasi berarti mengumpulkan data langsung dari lapangan” (p.112).

Peneliti mendatangi lokasi penelitian dan menemui kepala sekolah serta pelatih ekstrakurikuler karate untuk diizinkan melakukan observasi/ pengamatan untuk mengidentifikasi permasalahan yang terjadi. Peneliti juga melakukan wawancara singkat kepada pelatih ekstrakurikuler karate untuk mengetahui lebih dalam permasalahan yang peneliti temukan selama observasi. Setelah mendapatkan permasalahan dalam pembelajaran peneliti tertarik untuk melanjutkan ke tahap penelitian.

### **2. Penelitian**

Suharsimi Arikunto (2010) menyatakan dalam penelitian ini

“peneliti menggunakan teknik pengumpulan data *questionnaires*. Teknik *questionnaires*/ kusioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang diketahui” (p.194).

## **TEKNIK ANALISIS DATA**

Menurut Muhaammad Ali (dalam Agus Huraiman 2012) “prosedur analisis data adalah cara yang digunakan untuk menganalisis data penelitian” (p.186). Data yang diperoleh dianalisis dengan rumus berikut:

Cara mencari persentase yaitu skor aktual dibagi skor ideal dikali 100%. dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{F}{n} \times 100\%$$

P = Prosentase yang dicapai

F = Jumlah skor/nilai yang diperoleh

n = Jumlah seluruh nilai

Muhaammad Ali (dalam Agus Huraiman 2012:186).

## **UJI VALIDITAS**

Uji validitas dan reliabilitas dilakukan pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler di SMPN 2 Kembayan. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu validitas isi yaitu angket harus terlebih diuji cobakan terlebih dahulu kepada non-sample untuk diketahui tingkat kevalidan angket.

### **a. Validitas Isi**

Karena angket menggunakan skala Likert, yaitu skala tipe pengukuran jawaban dengan tingkat persetujuan dengan 5 pilihan skala yang mempunyai gradasi Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS), maka dilakukan uji validitas menggunakan korelasi biserial dengan rumus sebagai berikut:

$$R_{pbi} = \frac{M_p - M_t}{SD_t} \sqrt{\frac{p}{q}}$$

$R_{pbi}$  : Koefisien korelasi

$M_p$  : Rata-rata skor total

$M_t$  : Rata-rata skor total

$SD_t$  : Standar deviasi skor total

$P$  : proporsi siswa yang menjawab benar

$Q$  : proporsi siswa yang menjawab salah

(sumber: Muhidin dan Maman A, 2009:30)

Uji validitas ditentukan dengan dasar pengambilan keputusan yaitu harga  $r_{hitung}$  kemudian dikonsultasikan dengan  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% dengan jumlah data (N)= 10 didapatkan nilai  $r_{tabel} = 0.632$  apabila nilai  $r_{hitung}$  lebih besar dari nilai  $r_{tabel}$  maka butir instrument yang dimaksud dinyatakan valid.

## Uji Reabilitas

Dengan angket skala pengukuran Guttman, maka digunakan uji reliabilitas berikut dengan rumus:

$$r = \frac{k}{(k-1)} - \left( \frac{St^2 - \sum pq}{St^2} \right)$$

Keterangan:

$K$  : Jumlah item soal dalam instrument

$p$  : Banyak subyek yang menjawab 1

$q$  :  $1 - p$

$St^2$  : Varians total

Menurut Priyatno (2010) “nilai reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan di atas 0,8 adalah baik” (p.98).

Setelah diperoleh harga  $r_{hitung}$ , selanjutnya untuk dapat dipastikan instrument reliabel atau tidak, harga tersebut dikonsultasikan dengan harga  $r_{tabel}$  untuk taraf kesalahan 5% maupun 1% maka dapat disimpulkan instrumen tersebut reliabel dan dapat dipergunakan untuk penelitian.

**Tabel 1 Interpretasi nilai r table**

Interval Koefisien	Tingkat hubungan
0,80 – 1,000	Sangat Baik
0,60 – 0,799	Baik
0,40 – 0,599	Cukup Baik
0,20 – 0,399	Rendah
0,00 – 1,199	Sangat Rendah

Instrumen dikatakan reliabel jika  $r_{hitung}$  lebih besar dari  $r_{tabel}$  (0,632) dan sebaliknya jika  $r_{hitung}$  lebih kecil dari  $r_{tabel}$  (0,632) instrument dikatakan tidak reliabel.

## HASIL PENELITIAN

Pengambilan data diperoleh dari pengisian angket yang berjumlah

45 butir soal yang memiliki 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Maka dengan demikian

skor maksimal yang dapat diperoleh adalah 180 dan skor minimal yang dapat diperoleh adalah 45.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan uji

coba angket kepada 10 peserta didik yang tergabung dalam ekstrakurikuler karate di sekolah lain yaitu SMP 1 Sanggau Ledo. Untuk menentukan nilai

validitas dari angket yang telah dibuat, maka dilakukan uji validitas dan reliabilitas sebagai mana table 4.1 berikut ini:

**Tabel. 2 Hasil Uji Validitas**

Keterangan	Jumlah
Valid	30
Tidak Valid	15

Dari data tersebut diketahui ada 30 butir soal yang valid dan 15 butir soal tidak valid dengan kriteria  $r_{pbi} > r_{tabel}$  (0,632) dinyatakan valid. Setelah uji validitas, dilakukan uji reliabilitas untuk melihat seberapa reliable angket tersebut dan didapatkan hasil yaitu  $0,656 > 0,632$  yang

berarti nilai reliabilitas dapat diterima.

Setelah angket dinyatakan valid dan reliabel, dilakukanlah penelitian dengan responden berjumlah 20 peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler karate di SMPN 2 Kembayan. Berikut tabel 4.2 hasil yang didapat sebagai berikut:

**Tabel 3 Hasil Penelitian**

No	Keterangan	Jumlah	Persentase
1	Menyatakan Sangat Setuju (SS)	178	29,7%
2	Menyatakan Setuju (S)	273	45,5%
3	Menyatakan Tidak Setuju (TS)	87	14,5%
4	Menyatakan Sangat Tidak Setuju (STS)	62	10,3%

Hasil angket motivasi tersebut juga dapat disajikan dalam bentuk diagram 4.1 seperti berikut ini



**Gambar 1 Diagram Hasil Penelitian**

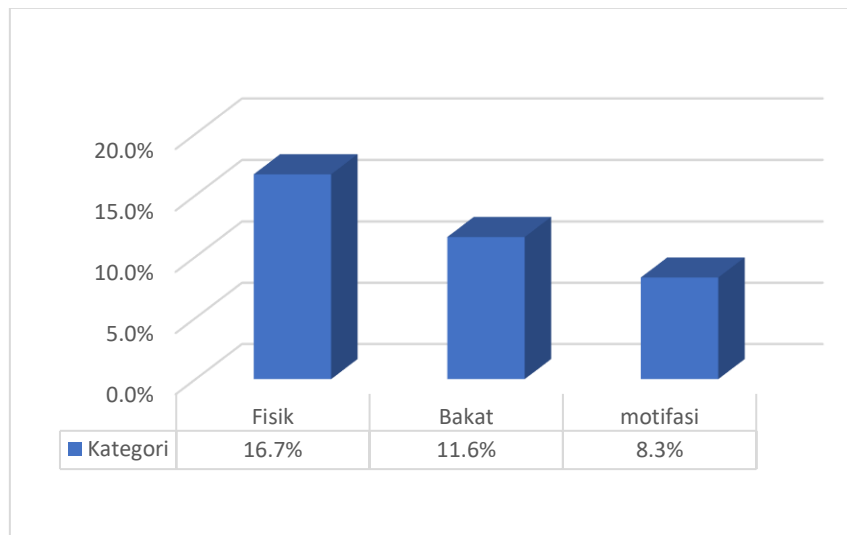
Dari tabel 4.2 dan diagram 4.1 di atas dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan responden memilih SS atau Sangat Setuju berjumlah 29,7%, sedangkan yang memilih S atau Setuju berjumlah 45,5%, yang memilih TS

atau Tidak Setuju berjumlah 14,5% dan yang memilih STS atau Sangat Tidak Setuju adalah 10,33%. Dari total 30 butir soal angket tersebut didapat hasil yang dapat dijabarkan sebagai berikut:

**Tabel 4 Hasil Indikator Angket Intrinsik**

No	Indikator	Jumlah	Persentase
Faktor Intrinsik			
1	Fisik	10	16,7%
2	Bakat	7	11,6%
3	Motifasi	5	8,3%

Dari tabel 4.3 hasil indikator angket tersebut juga dapat dilihat melalui diagram 4.2 seperti berikut ini:



**Gambar 2 Diagram Hasil Angket Faktor Intrinsik**

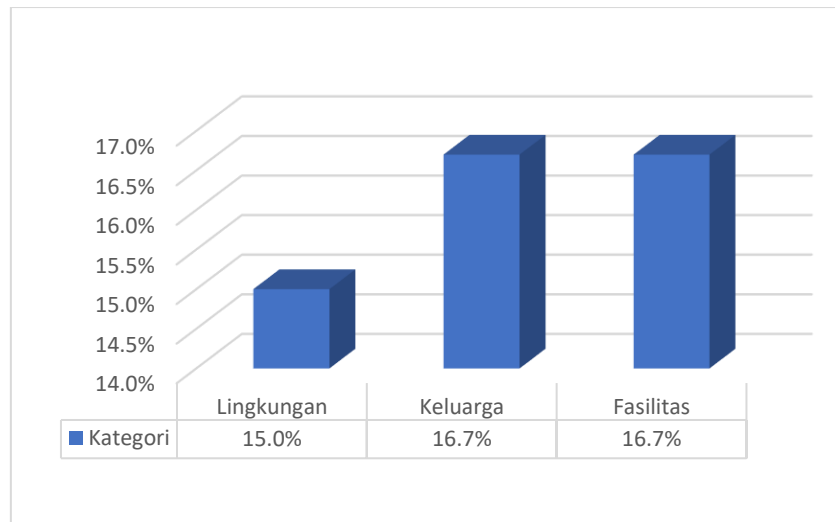
Dari table 4.3 dan diagram 4.2 diatas dapat dilihat bahwa persentase pengaruh per indikator fisik adalah

16,7%, indikator bakat adalah 11,6%, indikator motifasi adalah 8,3%.

**Tabel 5 Hasil Indikator Angket Ekstrinsik**

No	Indikator	Jumlah	Persentase
Faktor Ekstrinsik			
1	Lingkungan	9	15%
2	Keluarga	10	16,7%
3	Fasilitas	10	16,7%
4	Pelatih	15	15%

Dari tabel 4.3 hasil indikator angket tersebut juga dapat dilihat melalui diagram 4.3 seperti berikut ini:



**Gambar 3 Diagram Hasil Angket Faktor Ekstrinsik**

Dari table 4.3 dan diagram 4.3 diatas dapat dilihat bahwa persentase pengaruh per indikator lingkungan adalah 15%, indikator keluarga adalah 16,7%, indikator fasilitas adalah 16,7% dan indikator pelatih adalah 15%.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian di atas terdapat beberapa faktor-faktor pendorong siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler karate. Maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor pendorong siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler karate di SMP Negeri 2 Kembayan yang terletak di Desa Kelompu, Kecamatan Kembayan Kabupaten Sanggau dibagi menjadi dua faktor, yaitu faktor intern dan faktor ekstern.

Dari hasil analisis data di atas, dapat diketahui bahwa hasil motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler karate di SMP Negeri 2 Kembayan untuk faktor intrinsiknya sebesar 36,6% ini diperoleh dari hasil persentase fisik 16,7%, bakat 11,6%, dan motivasi 8,3%, sedangkan hasil dari faktor ekstrinsiknya adalah sebesar 63,4 % dan ini diperoleh dari hasil persentase

lingkungan 15 %, keluarga 16,7%, fasilitas 16,7%, dan pelatih 15%.

Hasil penelitian ini memiliki kemiripan namun yang berbeda dari hasil persentase dengan penelitian Faradhita Widha Ramdani (2016) yang berjudul “Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Beladiri Karate SMA Negeri Di Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. Dengan dispesifikasikan motivasi instrik siswa yang aktif sebesar 88,7%, siswa yang tidak aktif sebesar 70,6% dan motivasi ekstrensik siswa yang aktif sebesar 78,9% dan siswa yang tidak aktif sebesar 64,3%. Penyebab siswa menjadi tidak aktif yaitu rendahnya indikator keaktifan, kesibukan di bidang akademik, minim pemberitahuan jadwal ekstrakurikuler dan kurangnya kehadiran pelatih.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan tentang motivasi peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karate di SMPN 2 Kembayan menunjukkan bahwa: “Uji validitas yang dilakukan pada 30 butir soal yang sudah di uji cobakan ketuntasan  $r_{pbi} > r_{tabel} (0,632)$ . Persentase motivasi peserta didik dalam



mengikuti ekstrakurikuler karate di SMPN 2 Kembayan adalah 16,7% faktor fisik, 16,7% faktor keluarga, 16,7% faktor fasilitas, 15% faktor lingkungan, 15% faktor pelatih, 11,6% faktor bakat dan 8,3% faktor motif. Rata-rata dari hasil faktor intrinsiknya sebesar 36,6%, sedangkan hasil dari faktor ekstrinsiknya adalah sebesar 63,4 %”.

## SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan tersebut maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut: Bagi peneliti, penelitian ini kurang dari kesempurnaan. Akan sangat bermanfaat jika dapat disempurnakan dengan penelitian lainnya yang mendukung. Untuk peneliti selanjutnya di harapkan untuk menghitung kriteria sebab dalam penelitian ini tidak tercantum tingkatan kriteria tersebut.

## DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Giman. (2010). *Pendidikan Dalam Sekolah Formal Maupun Non-Formal*. Solo: PT. Usaha Tarta Bacaan.
- Gudok, I. (2010). *Karate Dalam Jiwa (Teknik Dasar Penguasaan Diri)*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya II
- Gulo. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Grasindo
- Hardiansyah, T. (2019). *Survey Minat Belajar Siswa Dalam Mengikuti Karate Kelas VIII Di SMPN 9 Pontianak. Skripsi. Pontianak; Universitas Tanjungpura*
- Husro, A. (2009). *Panduan Karate Dasar*. Surabaya: Scopindo
- Leiman. (2016). *Karate Project Management*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Margono, S. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nazir, M. (2011). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Raco, J.R. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Grasindo
- Ramadani, F.W. (2016). *Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Beladiri Karate SMA Negeri Di Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. Skripsi. Semarang. Universitas Negeri Semarang*
- Sagitarius. (2008). *Modul Karate*. Bandung: FPOK/ IKIP Bandung
- Satori, D. dan Komariah. (2013). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Susanto, E. (2010). *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani: The Fundamental of Physical Education*. Yogyakarta: UNY Press
- Wahid, A. (2007). *Shotokan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada